

令和6年度 7月分献立表（中学校）

筑紫野市学校給食共同調理場

月 1	火 2	水 3	木 4	金 5
麦ご飯 厚揚げのそぼろ煮 玉子焼き 切干大根の煮つけ	麦ご飯 ワンタンスープ 白身魚のチリソース ブロッコリーの ごまみそ和え ももゼリー	ワンローフパン スパゲッティシシリアン アーモンドサラダ オレンジ 一食メープルシロップ	麦ご飯 みそ汁 豚肉の甘辛焼き ピーマンのじゃこ和え 【和食の日】	麦ご飯 天の川汁 星のコロッケ ひじきと大豆の炒め煮 【行事食:七夕】
8	9	10	11	12
麦ご飯 のっぺい汁 さばみそホイル オクラとわかめの ごまサラダ	チキンピラフ かぼちゃひき肉フライ ツナと野菜のソテー ヨーグルト (代)ぶどうゼリー	ソフトフランスパン かぼちゃポタージュ タラフライ ロマネスコサラダ 冷凍ラ・フランス 【世界の料理:フランス】	麦ご飯 じゃが芋と厚揚げの オイスターソース煮 焼きししゃも 海藻サラダ	夏野菜カレー (麦ご飯) 福神漬 フルーツミックス
15	16	17	18	
 海の日	麦ご飯 みそ汁 あじのねぎソース 枝豆 【鉄人献立】	胚芽食パン コーンスープ トマトオムレツ アスパラガスと 赤玉ねぎのサラダ 【ファイバー献立】 【地場産献立:アスパラガス】	麦ご飯 冬瓜と肉団子のスープ レバー入り酢鶏 オレンジ	

和食の日・・・日本には四季があり、季節によって様々な食材があります。旬の食材を料理に使うことは和食の特徴の一つです。旬の食材を取り入れることでおいしいだけでなく、料理で季節を感じることができます。今月は旬のピーマンを使った和え物を取り入れています。

行事食・・・7月7日の七夕にちなんで、「天の川汁」や「星形コロッケ」を取り入れています。

世界の料理・・・7月からパリで開催されるオリンピック競技大会に合わせて、フランスの料理を紹介します。フランスは国土の約52%が農地という西ヨーロッパ最大の農業国です。主要農作物は小麦や大麦などの穀物、牛乳、肉類などです。日本でもポピュラーなフランスパンですが、バゲットやブール、エピなど、様々な形があります。ロマネスコはローマ近郊で開発されたと言われており、ブルターニュ地方などで栽培されています。ラ・フランスはフランス原産のセイヨウナシの品種です。

鉄人献立・・・大豆の生育過程である枝豆には、大豆に含まれる栄養素がたくさんつまっています。その一つ、鉄も含まれており、旬の食材の枝豆で手軽に鉄をとることができます。

ファイバー献立・・・胚芽パンには食物繊維が豊富に含まれています。暑さで食欲が落ちる時期ですが、主食のパンを残さずに食べて、不足しがちな食物繊維を補いましょう。

地場産献立・・・筑紫野市では、山口、常松、原田、西小田、隈、山家、御笠など、市内各地でアスパラガスが栽培されています。17日には筑紫野市のとれたてのアスパラガスを使う予定です。

筑紫野市の
新鮮なアスパラ
ガスを使います。



☆材料入荷の都合などにより、献立を変更することがあります。

☆牛乳は毎日あります。

☆献立表裏面の★印については、各学校に配布した資料「令和6年度学校給食で使用する物資一覧（★印表）」に詳しく記載しています。資料につきましては、各学校にお問い合わせください。

☆アレルギー代替食については、（代）で記載しています。

☆裏面のアレルギー表示の※印の表示は、その加工品に※印の食品は含まれていませんが、同じ製造工場で※印の食品を含む加工品が製造されていることを表しています。

☆学年により、主食や副食の量が違うことがあります。

☆食物アレルギーや献立内容などお尋ねになりたいことがありましたら、共同調理場へご連絡ください。TEL923-6466